



Mi Universidad

Nombre del Alumno: Lorenzo Antonio Genarez pinto

Nombre del tema: Unidad 4. Dietoterapia

Parcial: III

Nombre de la Materia: Nutrición Clínica

Nombre del profesor: Joanna Judith casanova Ortiz

Nombre de la Licenciatura: En enfermería

Cuatrimestre: III

Diabetes

enfermedad crónica caracterizada por mantener elevados los niveles de azúcar (glucosa) en sangre, esto, asociado a la deficiencia de insulina, afecta al corazón, ojos, riñones y sistema nervioso.



síntomas comunes

Orinar frecuentemente Sentir mucha sed, Sentir mucha hambre, a pesar de estar comiendo, Fatiga extrema, Visión borrosa, Cortes o moretones que tardan en sanar, Pérdida de peso, a pesar de estar comiendo, Hormigueo, dolor o entumecimiento en las manos o los pies (tipo 2).

Clasificación

Diabetes tipo 1: se diagnostica en niños, adolescentes y adultos jóvenes.

Diabetes tipo 2: Se desarrolla a lo largo de muchos años y generalmente se diagnostica en adultos (aunque cada vez más en niños, adolescentes y adultos jóvenes).

Diabetes gestacional: se presenta durante el embarazo a causa de los cambios que sufre el cuerpo propios en ese estado y suele darse en una etapa avanzada de la gestación.



Factores de riesgo

Prediabetes

tiene sobrepeso, tiene 45 años o más, sus padres o uno de sus hermanos o hermanas tiene diabetes tipo 2, hace actividad física menos de tres veces a la semana, ha tenido alguna vez diabetes gestacional, o su bebé pesó más de 9 libras al nacer.

Diabetes tipo 2

tiene sobrepeso, tiene 45 años o más, sus padres o uno de sus hermanos o hermanas tiene diabetes tipo 2, no hace actividad física, ha tenido alguna vez diabetes gestacional, o su bebé pesó más de 9 libras al nacer, es afroamericano, hispano o latino, indioamericano o nativo de Alaska. (algunos nativos de las islas del pacífico y asiático americanos también tienen un riesgo mayor).

Diabetes tipo 1

antecedentes familiares: uno de los padres o uno de los hermanos o hermanas tiene diabetes tipo 1.

edad: la diabetes tipo 1 puede aparecer en personas de cualquier edad, pero es más probable que se presente en los niños, los adolescentes o los adultos jóvenes.



Nefropatía



Retinopatía



Infecciones y pérdida dental



Enfermedad cerebrovascular



Neuropatía



Enfermedad coronaria

complicaciones

Criterios de diagnóstico

Glucosa plasmática en ayunas (FPG): mide tus niveles de glucosa (azúcar) en sangre en ayunas.

Prueba aleatoria (también llamada casual) glucosa plasmática: análisis de sangre que se hace en cualquier momento del día en que tengas síntomas graves de diabetes.

Tratamiento Nutricional

Dieta

Dieta individualizada, variada y equilibrada, adaptada al tratamiento medico y a la práctica de ejercicio físico.

Concordancia

Con el tratamiento y la insulina y toma de antibióticos orales acompañado del ejercicio físico.

Numero de comidas

Fracccionar en 4 o 5 tomas al día (menor volumen de alimento por toma, mejor control).

Consumo de fibra

(verduras, frutos secos, cereales integrales y frutas en cantidades adecuadas).

Grasas

Pobre en grasas saturadas y colesterol (moderar el consumo de lácteos enteros y muy grasos, carnes grasas, huevos y sus derivados), para prevenir a largo plazo enfermedades cardio vasculares.

Bibliografía

- Diabetes mellitus (DM), septiembre 2022, Brutsaert , MD, New York Medical College, <https://www.msdmanuals.com/es-mx/professional/trastornos-endocrinol%C3%B3gicos-y-metab%C3%B3licos/diabetes-mellitus-y-trastornos-del-metabolismo-de-los-hidratos-de-carbono/diabetes-mellitus-dm>
- ¿Qué es la diabetes? Síntomas y causas, <https://www.cigna.com/es-us/knowledge-center/diabetes>
- Diabetes en México, 05 de octubre de 2021, Gobierno de Mexico, <https://www.gob.mx/promosalud/acciones-y-programas/diabetes-en-mexico-284509>
- Diabetes Diagnóstico, doctor Yogish Kudva, <https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/diabetes/diagnosis-treatment/drc-20371451#:~:text=Un%20nivel%20de%20glucosa%20en%20la%20sangre%2C%20en%20ayunas%2C%20entre,de%20tolerancia%20a%20la%20glucosa.>